

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Lansia adalah proses menjadi lebih tua dengan umur mencapai 55 tahun ke atas. Pada lansia akan mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah rentannya lansia terhadap penyakit, khususnya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif yang umum di derita lansia salah satunya adalah hipertensi (Nugroho, 2008).

Hipertensi merupakan masalah besar dan serius di seluruh dunia karena prevalensinya tinggi dan cenderung meningkat di masa yang akan datang. Hipertensi dapat menyerang hampir semua golongan masyarakat di dunia. Jumlah lansia yang menderita hipertensi terus bertambah dari tahun ke tahun. Di Indonesia sendiri hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur (Arora, 2008).

Pada umumnya untuk lansia dalam pola makannya masih salah. Kebanyakan lansia masih menyukai makanan-makanan yang asin dan gurih, terutama makan-makanan cepat saji yang banyak mengandung lemak jenuh serta garam dengan kadar tinggi. Mereka yang senang makan makanan asin dan gurih berpeluang besar terkena hipertensi. Kandungan Na (Natrium) dalam garam yang berlebihan dapat menahan air retensi sehingga meningkatkan jumlah volume darah. Akibatnya jantung harus

bekerja keras memompa darah dan tekanan darah menjadi naik. Maka dari itu bisa menyebabkan hipertensi (Yekti, 2011).

Penyebab lain selain pola makan yang sering dialami oleh penderita hipertensi adalah stres. Dikarenakan stres akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatetik. Adapun stres ini dapat berhubungan dengan pekerjaan, kelas sosial, ekonomi, dan karakteristik personal (Gunawan, 2005).

Dari prevalensi kasus hipertensi di Provinsi Jawa Tengah mengalami penurunan pada tahun 2011 6,3 % menjadi 5,4 % pada tahun 2012. Prevalensi tertinggi adalah di Kabupaten Sukoharjo sebesar 15%. Sedangkan kasus hipertensi lain di Provinsi Jawa Tengah tahun 2012 sebesar 0,70%, mengalami penurunan bila dibandingkan prevalensi tahun 2011 sebesar 0,80 % (Dinkes Jateng, 2012).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2012, kasus hipertensi di seluruh Kabupaten Sukoharjo ditemukan sebanyak 17.920 penderita, dan pada tahun 2013 data Dinas Kesehatan Sukoharjo menunjukkan 19.920 penderita hipertensi di seluruh Kabupaten Sukoharjo, kemudian berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Sukoharjo bahwa angka hipertensi di Puskesmas Kartasura pada tahun 2013 menduduki peringkat ke-2 dari 12 Puskesmas se-Kabupaten Sukoharjo yaitu sebesar 6619 kasus setelah Puskesmas Sukoharjo sebanyak 6771 kasus (Dinkes Sukoharjo, 2013).

Berdasarkan data rekapitulasi Kunjungan Puskesmas Kartasura hipertensi menduduki peringkat ke-4 sebanyak 6199 kasus pada tahun 2013 setelah Dyspepsia, Arthritis, dan Ispa. Puskesmas Kartasura terbagi dalam 12 desa wilayah kerja yaitu: Ngemplak, Pucangan, Kartasura, Ngabean, Wirogunan, Kertonatan, Makam Haji, Gumpang, Ngadirejo, Pabelan, Gonilan, dan Singopuran dengan angka hipertensi masih cukup tinggi. Kemudian di desa Pucangan ada sekitar 585 kasus dan angka hipertensi didominasi dari para lansia sebesar 300 kasus.

Di wilayah desa Pucangan terdapat 12 posyandu lansia, kemudian keseluruhan lansia ada sebanyak 547 lansia dan yang mengalami hipertensi sekitar 220 lansia. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 20 Maret 2014 didapatkan data dari salah satu posyandu lansia desa Pucangan yang mempunyai jumlah lansia terbanyak bahwa lansia yang memeriksakan rutin di posyandu ada sekitar 45 orang, kemudian dari 45 orang yang memeriksakan di posyandu lansia ada sekitar 35 orang yang mengalami kekambuhan hipertensi.

Berdasarkan data yang di dapatkan di salah satu posyandu lansia desa Pucangan yang mempunyai lansia terbanyak bahwa tekanan darahnya tinggi. Ditandai dengan tekanan darahnya yang tinggi sekitar 140/90 mmHg sampai sekitar 190/100 mmHg , dari data tersebut bahwa tingkat kekambuhan di desa Pucangan sangat tinggi.

Hasil wawancara pada 5 lansia didapatkan untuk pola makannya masih belum teratur, lansia masih menyukai makanan-makanan yang asin

dan gurih, terutama makan-makanan kemasan yang mengandung bahan pengawet, seperti sarden, kornet yang banyak mengandung lemak jenuh serta garam dengan kadar tinggi dan 3 lansia yang lain mengatakan beban pikiran (stres) disebabkan tinggal jauh dengan anaknya, pusing banyak pikiran dan tidak lama ditinggal pasangan (pasangan telah meninggal).

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan adalah “Adakah hubungan antara stres dan pola makan dengan terjadinya kekambuhan hipertensi pada lansia di posyandu lansia desa Pucangan”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara stres dan pola makan dengan terjadinya kekambuhan hipertensi pada lansia di posyandu lansia desa Pucangan.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui tingkat stres pada lansia di posyandu lansia desa Pucangan
- b. Mengetahui tingkat pola makan pada lansia di posyandu lansia desa Pucangan
- c. Mengetahui apakah ada hubungan antara stres dengan terjadinya kekambuhan hipertensi pada lansia
- d. Mengetahui apakah ada hubungan antara pola makan dengan terjadinya kekambuhan hipertensi pada lansia

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Instansi Puskesmas dan Dinas Kesehatan

Sebagai bahan informasi yang dapat membantu tenaga kesehatan untuk memberikan pelayanan kesehatan yang optimal di Puskesmas

2. Bagi Masyarakat Setempat

Memberikan informasi tentang hipertensi pada lansia supaya lebih mengetahui tentang pola makan yang benar pada lansia penderita hipertensi dan supaya bisa mengurangi tingkat stres pada lansia penderita hipertensi

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan khususnya tentang tingkat stres dan pola makan pada penderita hipertensi

4. Bagi teman sejawat

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi, dan dapat digunakan untuk bahan referensi selanjutnya.

## E. KEASLIAN PENELITIAN

1. Yunita (2013), Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Poliklinik Rawat Jalan Rumah Sakit Kota Tidore. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan kejadian hipertensi pada lansia di Poliklinik Rawat Jalan Rumah Sakit Daerah Kota Tidore Kepulauan. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan rancangan cross sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai Juni 2013 . Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling sebanyak 55 orang. Analisis data dengan menggunakan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan jenis makanan dan kejadian hipertensi ( $P = 0,021 < \alpha = 0,05$ ), sedangkan frekuensi makan tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi ( $P = 0,392 > \alpha = 0,05$ ).
2. Prabowo Anis (2005), Hubungan Stres Dan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres dan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap rumah sakit Dr. Oen Surakarta. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang dirawat di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta pada bulan April 2005 dan diambil sampel sebanyak 41 pasien dengan menggunakan teknik *consecutive sampling*. Data primer diperoleh melalui wawancara dan pengukuran langsung dengan menggunakan kuesioner. Data sekunder diperoleh dari

data yang telah tersedia di bagian rekam medik Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta. Hasil penelitiannya menyebutkan bahwa mayoritas pasien dilihat dari stres tergolong mempunyai stres berat dengan kejadian hipertensi yaitu dengan persentase sebesar 68,29%, dan sebesar 31,71% stres ringan.. Hasil uji *Chi square* dengan derajat kemaknaan 5% menunjukkan ada hubungan bermakna antara stres dan dengan kejadian hipertensi ( $p= 0,0001$ ).

3. Yulyan Dewi (2013), Gambaran Perilaku Penderita Hipertensi Dalam Upaya Mencegah Kekambuhan Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dulalowo Kota Gorontalo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku penderita hipertensi dalam upaya mencegah kekambuhan penyakit hipertensi. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Deskriptif*. Penelitian dilakukan pada bulan Mei sampai dengan Juni 2013. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang berjumlah 106 orang dan sampel menggunakan teknik Total sampling, variabel yang diteliti yaitu variabel pengetahuan, sikap dan tindakan. Hasil penelitian ini menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan baik dalam upaya mencegah kekambuhan penyakit hipertensi 55.7% dan pengetahuan kurang 44.3%, responden memiliki sikap baik sebanyak 52.8%, sedangkan yang memiliki sikap kurang 47.2% dan responden yang baik sebanyak 39.6% dan yang kurang baik 60.4%.